

**Ουσία:** Γλυκά παιδιά, όταν έχετε χρόνο, να κάθεστε στην απομόνωση και να θυμόσαστε τον αληθινό Αγαπημένο, γιατί μόνο με το να έχετε ενθύμηση θα λάβετε την κυριαρχία του παραδείσου.

**Ερώτηση:** Τώρα που έχετε βρει τον Πατέρα, ποια απροσεξία πρέπει να αποτελειώσετε;

**Απάντηση:** Μερικά παιδιά γίνονται απρόσεκτα και λένε ότι έτσι κι αλλιώς, ανήκουν στον Μπάμπα. Δεν κάνουν προσπάθεια να μείνουν σε ενθύμηση. Επανειλημμένως ξεχνούν να μείνουν σε ενθύμηση. Αυτή είναι απροσεξία. Ο Μπάμπα λέει: Παιδιά, αν μένετε σε ενθύμηση θα βιώνετε μόνιμη ευτυχία. Δεν θα υπάρχει κανένα είδος πνιγμού. Όπως εκείνοι που είναι σε δέσμευση μένουν απελπισμένα σε ενθύμηση μέρα και νύχτα, με τον ίδιο τρόπο, εσείς επίσης πρέπει να μένετε σε συνεχή ενθύμηση.

**Τραγούδι:** Έχω έλθει, έχοντας αφυπνίσει την τύχη μου.

Ομ σάντι. Ο Πατέρας εξήγησε αυτό σε εσάς παιδιά και εσείς επίσης λέτε, “Ομ σάντι”. Ο Πατέρας επίσης λέει: Ομ σάντι. Αυτό σημαίνει ότι εσείς ψυχές είσαστε προσωποποιήσεις της γαλήνης. Ο Πατέρας επίσης είναι η προσωποποίηση της γαλήνης. Η αρχική θρησκεία των ψυχών είναι η γαλήνη. Η αρχική θρησκεία της Υπέρτατης Ψυχής είναι επίσης η γαλήνη. Εσείς επίσης είσαστε κάτοικοι της χώρας της γαλήνης. Ο Πατέρας λέει: Και Εγώ επίσης είμαι ο Κάτοικος εκείνου του τόπου. Εσείς παιδιά λαμβάνετε επαναγέννηση. Εγώ όχι. Εγώ εισέρχομαι σε αυτό το όχημα. Αυτό είναι το όχημά Μου. Αν ρωτούσατε τον Σάνκαρ- στην πραγματικότητα δεν μπορείτε να τον ρωτήσετε, αλλά αν για παράδειγμα, πηγαίνατε στην αιθέρια περιοχή και τον ρωτούσατε, θα απαντούσε ότι εκείνο το αιθέριο σώμα είναι δικό του. Ο Σιβ Μπάμπα λέει: Αυτό δεν είναι το σώμα Μου. Το έχω λάβει δανεικό, γιατί και Εγώ επίσης χρειάζομαι τη στήριξη φυσικών οργάνων. Το πρώτο και κυριότερο πράγμα για να εξηγηθεί είναι, ότι ο Σρι Κρίσνα δεν είναι ούτε ο Εξαγνιστής, ούτε ο Ωκεανός της Γνώσης. Ο Σρι Κρίσνα δεν εξαγνίζει τις ακάθαρτες ψυχές. Εκείνος απλά έρχεται και κυβερνάει στον αγνό κόσμο. Πρώτον, γίνεται ένας πρίγκιπας και μετά, ένας αυτοκράτορας. Αυτός δεν έχει αυτή τη γνώση. Μόνο ο Δημιουργός έχει αυτή τη γνώση της δημιουργίας. Ο Σρι Κρίσνα ονομάζεται, δημιουργία. Μόνο ο Πατέρας ο Δημιουργός, έρχεται και σας δίνει αυτή τη γνώση. Ο Πατέρας τώρα δημιουργεί και λέει: Εσείς είσαστε τα παιδιά Μου. Εσείς λέτε, “Μπάμπα, ανήκω σε Εσένα”. Λέγεται ότι οι Μπράμινς δημιουργούνται μέσω του Μπράμα. Από πού αλλού θα έρχονταν οι Μπράμινς; Δεν υπάρχει κανένας άλλος Μπράμα της αιθέριας περιοχής. Αυτός που είναι πάνω ψηλά, είναι αυτός που είναι εδώ κάτω. Εκείνος είναι αυτός που είναι πάνω ψηλά. Είναι ο ίδιος. Άτσα, τότε ο Βίσνου και η Λάκσμι και ο Ναράγιαν είναι επίσης το ίδιο. Από πού έρχονται αυτοί; Ο Μπράμα γίνεται Βίσνου. Ο Μπράμα και η Σαρασβάτι γίνονται Ναράγιαν και Λάκσμι και μετά πηγαίνουν γύρω στον κύκλο των 84 γεννήσεων και γίνονται Μπράμα και Σαρασβάτι ξανά, στην εποχή της συμβολής. Η Λάκσμι και ο Ναράγιαν είναι ανθρώπινα όντα και ανήκουν στη θρησκεία των θεοτήτων. Ο Βίσνου έχει απεικονιστεί με τέσσερα χέρια: αυτό συμβολίζει το μονοπάτι της οικογένειας. Το μονοπάτι της οικογένειας συνεχίζεται στην Μπάρατ από την αρχή. Αυτός είναι ο λόγος που έχουν δοθεί τέσσερα χέρια στον Βίσνου. Εδώ, είναι ο Μπράμα και η Σαρασβάτι. Η Σαρασβάτι είναι ένα θετό παιδί. Το αληθινό όνομα αυτού εδώ ήταν Λεκχράτζ και μετά ονομάστηκε Μπράμα. Ο Σιβ Μπάμπα εισήλθε σε αυτόν εδώ και μετά έκανε τη Ράντε να ανήκει σε αυτόν και την ονόμασε Σαρασβάτι. Ο Μπράμα δεν είναι ο φυσικός πατέρας της Σαρασβάτι. Και οι δύο αυτοί, είχαν τους δικούς τους φυσικούς πατέρες. Αυτοί δεν είναι πλέον εδώ. Ο Σιβ Μπάμπα υιοθέτησε αυτήν μέσω του Μπράμα. Εσείς είσαστε υιοθετημένα παιδιά. Ο Μπράμα είναι επίσης ένα παιδί του Σιβ Μπάμπα. Εκείνος δημιουργεί τη δημιουργία, μέσω του στόματος του Μπράμα που είναι σαν λωτός και αυτός είναι ο λόγος που ο Μπράμα επίσης ονομάζεται μητέρα. Τραγουδιέται: Εσύ είσαι η Μητέρα και ο Πατέρας και εμείς είμαστε τα παιδιά Σου. Βιώνουμε πολλή ευτυχία μέσω της ευσπλαχνίας Σου. Εσείς Μπράμινς έχετε γίνει παιδιά. Χρειάζεται μια πολύ πλατιά διάνοια για να

καταλάβετε αυτό. Εσείς παιδιά λαμβάνετε την κληρονομιά σας από τον Σιβ Μπάμπα. Ο Μπράμα δεν είναι ούτε ο δημιουργός του παραδείσου, ούτε ο Ωκεανός της Γνώσης. Μόνο ο ένας Πατέρας είναι ο Ωκεανός της Γνώσης. Ο Πατέρας των ψυχών είναι ο Ωκεανός της Γνώσης. Οι ψυχές επίσης γίνονται ωκεανοί της γνώσης, αλλά δεν ονομάζονται ωκεανοί της γνώσης, επειδή υπάρχει μόνο ο ένας Ωκεανός. Όλοι εσείς είσαστε ποτάμια. Ο Ωκεανός δεν έχει ένα δικό Του σώμα, ενώ εσείς τα ποτάμια έχετε. Εσείς είσαστε ποτάμια της γνώσης. Ο Ποταμός Βραχμαπούτρα στην Καλκούτα είναι πολύ μεγάλος, επειδή έχει μια σύνδεση με τον ωκεανό στην Καλκούτα. Η συμβολή (μέλα) είναι πολύ μεγάλη. Εκεί επίσης λαμβάνει χώρα μια μέλα. Ο Ωκεανός και ο Βραχμαπούτρα είναι συνδυασμένοι. Αυτή η συμβολή είναι ζωντανή, ενώ η άλλη δεν είναι ζωντανή. Ο Πατέρας εξηγεί αυτά τα πράγματα. Αυτά δεν αναφέρονται στις γραφές. Οι γραφές είναι το τμήμα του μονοπατιού της λατρείας. Αυτό είναι το μονοπάτι της γνώσης, ενώ εκείνο είναι το μονοπάτι της λατρείας. Εκείνο το τμήμα του μονοπατιού της λατρείας συνεχίζεται για μισό κύκλο. Εκεί δεν είναι ο Ωκεανός της Γνώσης. Ο Πατέρας, ο Υπέρτατος Πατέρας, η Υπέρτατη Ψυχή, ο Ωκεανός της Γνώσης, έρχεται και δίνει σωτηρία σε όλους εσάς με το να σας λούσει μέσα σε αυτήν τη γνώση. Εσείς καταλαβαίνετε ότι κάνετε την τύχη σας της ευτυχίας του παραδείσου, μέσω του απεριόριστου Πατέρα. Εμείς αληθινά ήμασταν άξιες λατρείας θεότητες στη χρυσή και την ασημένια εποχή. Τώρα είμαστε ανθρώπινα όντα, που είναι λάτρεις. Μετά, από ανθρώπινα όντα, θα γίνουμε θεότητες. Οι Μπράμινς πήγαν στη θρησκεία των θεοτήτων και μετά έγιναν πολεμιστές, έμποροι και σούντρας. Εσείς πρέπει να έλθετε κάτω, καθώς λαμβάνετε 84 γεννήσεις. Ο Πατέρας σας έχει πει ότι δεν γνωρίζατε τις δικές σας γεννήσεις. Μόνο εσείς λαμβάνετε 84 γεννήσεις. Εκείνοι που έρχονται πρώτοι, λαμβάνουν τις πλήρεις 84 γεννήσεις. Το κράμα μπορεί να απομακρυνθεί μόνο με γιόγκα. Χρειάζεται προσπάθεια στη γιόγκα. Μερικά παιδιά είναι έξυπνα σε αυτή τη γνώση, αλλά είναι αδύναμα στη γιόγκα. Εκείνοι που είναι σε δέσμευση είναι καλύτεροι στη γιόγκα, από εκείνους που είναι ελεύθεροι. Μέρα και νύχτα είναι απεγνωσμένοι να συναντήσουν τον Σιβ Μπάμπα, ενώ εσείς ήδη Τον έχετε γνωρίσει. Σας έχει ειπωθεί να μένετε σε ενθύμηση και όμως εσείς επανειλημμένως ξεχνάτε Εκείνον! Βιώνετε πολλές καταιγίδες, ενώ αυτοί έχουν απόγνωση για να έχουν ενθύμηση. Εσείς δεν έχετε απόγνωση. Αυτοί διεκδικούν μια υψηλή θέση ενώ μένουν στο σπίτι. Εσείς παιδιά γνωρίζετε ότι θα λάβετε την κυριαρχία του παραδείσου με το να μένετε στη ενθύμηση του Σιβ Μπάμπα. Όπως ένα αγέννητο παιδί θέλει απεγνωσμένα να βγει από τη μήτρα, έτσι επίσης, εκείνοι/ες που είναι σε δέσμευση επικαλούνται με απόγνωση τον Σιβ Μπάμπα: “Σιβ Μπάμπα, ελευθέρωσέ με από αυτή τη δέσμευση”. Αυτοί θυμούνται Εκείνον μέρα και νύχτα. Εσείς έχετε βρει τον Πατέρα, αλλά γίνεστε απρόσεκτοι, με το να σκέφτεστε ότι είσαστε ένα παιδί του Μπάμπα, έτσι κι αλλιώς. “Θα αφήσω αυτό το σώμα και θα πάω και θα γίνω ένας πρίγκιπας.” Πρέπει μόνιμα να υπάρχει μέσα σας αυτή η ευτυχία. Ωστόσο, η Μάγια δεν σας επιτρέπει να μένετε σε ενθύμηση. Με το να έχετε ενθύμηση, θα παραμένετε πολύ ευτυχισμένοι. Αν δεν μένετε σε ενθύμηση, συνεχίζετε να πνίγεστε. Έχετε δει λύπη σε αυτό το βασίλειο του Ράβαν για μισό κύκλο. Συνεχίζει να υπάρχει πρόωρος θάνατος. Έτσι κι αλλιώς, υπάρχει λύπη. Όσο πλούσιος και αν είναι κάποιος, βιώνει λύπη. Υπάρχει πρόωρος θάνατος. Στη χρυσή εποχή κανείς δεν πεθαίνει από ξαφνικό θάνατο. Αυτοί ποτέ δεν αρρωσταίνουν. Εκείνη την εποχή, απλώς με φυσικό τρόπο, αφήνουν το ένα σώμα και λαμβάνουν ένα άλλο. Εκείνη ονομάζεται χώρα της ευτυχίας. Οι άνθρωποι νομίζουν ότι τα πράγματα του παραδείσου είναι μόνο η φαντασία σας. Αυτοί ρωτούν: Από πού ήλθε ο παράδεισος; Εσείς καταλαβαίνετε ότι θα είσαστε κάτοικοι του παραδείσου και ότι λαμβάνετε 84 γεννήσεις. Ολόκληρο αυτό το έργο βασίζεται στην Μπάρατ. Εσείς γνωρίζετε ότι γινόσαστε αγνές θεότητες και πολεμιστές για 21 γεννήσεις και ότι μετά γινόσαστε έμποροι και σούντρας. Τώρα έχετε γίνει για άλλη μια φορά, Μπράμινς. Ο δίσκος της αυτογνωσίας είναι πολύ εύκολος. Ο Σιβ Μπάμπα κάθεται εδώ και εξηγεί αυτό. Εσείς καταλαβαίνετε ότι ο Σιβ Μπάμπα έχει έλθει στο όχημα του Μπράμα. Αυτός που είναι ο Μπράμα, ήταν ο Σρι Κρίσνα στην αρχή της χρυσής εποχής. Έλαβε 84 γεννήσεις και έγινε ακάθαρτος και μετά ο Πατέρας εισήλθε σε αυτόν και τον υιοθέτησε. Εκείνος ο Ίδιος λέει: Εγώ έλαβα τη στήριξη αυτού του σώματος και σας έκανα να ανήκετε σε Εμένα. Τώρα σας κάνω άξιους για την κυριαρχία του παραδείσου. Εκείνοι που γίνονται άξιοι, θα πάνε στο βασίλειο. Χρειάζονται πολύ καλοί τρόποι για αυτό. Το κύριο πράγμα είναι η αγνότητα. Οι αθώες μητέρες προσβάλλονται εξαιτίας αυτής. Σε

μερικές περιπτώσεις, ακόμη και οι άντρες προσβάλλονται. Συνεχίζουν να παρενοχλούν ο ένας τον άλλον για το ελάττωμα. Επειδή εδώ υπάρχουν πολλές γυναίκες, μνημονεύεται το όνομα “Στρατός των Σάκτι”. Χαιρετισμούς στις μητέρες! Τώρα έχετε βγει από την πυρά της λαγνείας και κάθεστε στην πυρά της γνώσης, για να γίνετε όμορφες. Καθόσασταν στην πυρά της λαγνείας από τη χάλκινη εποχή. Οι ακάθαρτοι βραχμάνοι (μπράμινς) είναι αυτοί που δένουν το δεσμό, τού να δώσουν δηλητήριο ο ένας στον άλλον. Εσείς είσαστε Μπράμινς χωρίς ελαττώματα. Ακυρώνετε εκείνο το συμβόλαιο και κάνετε αυτούς να καθίσουν στην πυρά αυτής της γνώσης. Εσείς γίνατε άσχημοι στην πυρά της λαγνείας, και τώρα, με το να καθίσετε στην πυρά αυτής της γνώσης, γινόσαστε όμορφοι. Ο Πατέρας λέει: Μπορείτε να ζείτε μαζί, αλλά πρέπει να υποσχεθείτε ότι ποτέ δεν θα ενδώσετε στο ελάττωμα. Αυτός είναι ο λόγος που ο Μπάμπα σας δίνει να φορέσετε ένα δαχτυλίδι. Ο Σιβ Μπάμπα είναι ο Μπάμπα και επίσης ο Νυμφίος. Εκείνος είναι ο Ράμα όλων των Σίτας. Μόνο Εκείνος είναι ο Εξαγνιστής. Δεν είναι θέμα του Ράμα, ο οποίος ήταν ο επικεφαλής της γενιάς του Ράγκου. Εκείνος έλαβε αυτήν την ανταμοιβή στην εποχή της συμβολής. Είναι λάθος να δείχνετε αυτόν με βέλη, τα οποία είναι σημάδια βίας. Αυτό δεν θα έπρεπε καν να δείχνεται στις εικόνες. Απλώς πρέπει να γράφετε “Δυναστεία του Φεγγαριού”. Εσείς παιδιά πρέπει να εξηγήσετε ότι ο Σιβ Μπάμπα εξηγεί σε εμάς τα μυστικά του κύκλου, μέσω αυτού. Υπάρχει η ιστορία του αληθινού Ναράγιαν. Εκείνη η ιστορία έχει φτιαχτεί από ανθρώπινα όντα. Κανείς δεν αλλάζει από ένας συνηθισμένος άνθρωπος σε Ναράγιαν (μέσω εκείνης της ιστορίας). Το νόημα της ιστορίας του αληθινού Ναράγιαν, είναι να αλλάξετε από ένας συνηθισμένος άνθρωπος σε Ναράγιαν. Οι άνθρωποι διηγούνται την ιστορία της αθανασίας, αλλά κανείς δεν πηγαίνει στη χώρα της αθανασίας. Η χώρα του θανάτου συνεχίζεται για 2500 χρόνια. Οι μητέρες ακούνε την ιστορία του τρίτου ματιού. Στην πραγματικότητα, είναι η ιστορία τού δοσίματος του τρίτου ματιού αυτής της γνώσης. Κάθε μια από εσάς τις ψυχές έχει τώρα λάβει ένα τρίτο μάτι αυτής της γνώσης και έτσι πρέπει να γίνετε συνειδότες ψυχής. Εγώ, η ψυχή, τώρα γίνομαι μια θεότητα μέσω αυτού του σώματος. Έχω μέσα μου αυτές τις σανσκάρας. Όλα τα ανθρώπινα όντα έχουν συνειδητότητα σώματος. Ο Πατέρας έρχεται και κάνει εσάς, συνειδότες ψυχής. Οι άνθρωποι λένε ότι οι ψυχές και η Υπέρτατη Ψυχή είναι ένα και το αυτό και ότι ο Θεός έχει υιοθετήσει όλες εκείνες τις μορφές. Ο Πατέρας λέει: Εκείνο είναι λάθος. Εκείνη ονομάζεται ψεύτικη αλαζονεία και ψεύτικη γνώση. Ο Πατέρας σας λέει ότι Εκείνος είναι ένα σημείο. Εσείς δεν το γνωρίζατε αυτό προηγουμένως και αυτός εδώ επίσης δεν το γνώριζε. Τώρα ο Πατέρας εξηγεί σε εσάς και έτσι δεν πρέπει να υπάρχει αμφιβολία για αυτό. Πρέπει να υπάρχει σταθερή πίστη. Ο Μπάμπα οπωσδήποτε λέει μόνο την αλήθεια. Εκείνοι των οποίων οι διάνοιες έχουν αμφιβολία, οδηγούνται στην καταστροφή. Αυτοί δεν θα διεκδικήσουν την πλήρη κληρονομιά. Μόνο στο να γίνετε συνειδότες ψυχής υπάρχει προσπάθεια. Ενώ μαγειρεύετε φαγητό, να συνδέετε τη διάνοιά σας με τον Πατέρα. Να εξασκείτε αυτό σε κάθε κατάσταση. Ενώ φτιάχνετε τσαπάτις, να θυμόσαστε συνεχώς τον Αγαπημένο. Χρειάζεται να εξασκείτε αυτό για τα πάντα. Να μένετε σε ενθύμηση όταν έχετε χρόνο. Μόνο με το να έχετε ενθύμηση, θα γίνετε σάτοπρανταν. Έχετε οχτώ ώρες ελεύθερες για να κάνετε τη δουλειά σας. Ενδιάμεσα, να πηγαίνετε και να κάθεστε στην απομόνωση. Πρέπει να δώσετε τη σύσταση του Πατέρα σε όλους. Αν όχι σήμερα, αυτοί θα ακούσουν αυτό αύριο. Ο Πατέρας ιδρύει τον παράδεισο. Εμείς ήμασταν στον παράδεισο και τώρα είμαστε κάτοικοι της κόλασης. Τώρα πρόκειται να λάβουμε την κληρονομιά μας από τον Πατέρα για άλλη μια φορά. Ο Πατέρας εξηγεί στους ανθρώπους της Μπάρατ. Εκείνος έρχεται μόνο στην Μπάρατ. Έρχονται επίσης οι Σιχ και οι Χριστιανοί. Στο μέλλον θα έλθουν πολλοί. Αυτή η γνώση είναι για όλους, επειδή αυτή είναι εύκολη ενθύμηση και μια εύκολη κληρονομιά από τον Πατέρα. Ωστόσο, οπωσδήποτε πρέπει να γίνετε αγνοί. Να κάνετε αυτή τη δωρεά και η έκλειψη των κακών οιωμών θα απομακρυνθεί. Τώρα υπάρχουν οι κακοί οιωνοί του Ραχού πάνω στην Μπάρατ και μετά θα υπάρξουν οι οιωνοί του Δία για 21 γεννήσεις. Πρώτα είναι οι οιωνοί του Δία, μετά οι οιωνοί της Αφροδίτης. Εκείνοι της δυναστείας του ήλιου έχουν τους οιωμούς του Δία και εκείνοι της δυναστείας του φεγγαριού έχουν τους οιωμούς της Αφροδίτης. Μετά οι οιωνοί μειώνονται. Οι οιωνοί του Ραχού είναι οι χειρότεροι. Ο Δίας δεν είναι ένας γκουρού. Υπάρχουν οι οιωνοί του Κύριου του Δέντρου. Όταν έρχεται ο Πατέρας, ο Κύριος του Δέντρου, υπάρχουν οι οιωνοί του Δία και της Αφροδίτης. Όταν έρχεται ο Ράβαν, υπάρχουν οι οιωνοί του Ραχού. Εσείς παιδιά τώρα βιώνετε

τους οιωνούς του Δία και της Αφροδίτης. Όταν έρχεται ο Ράβαν, υπάρχουν οι οιωνοί του Ραχού. Εσείς παιδιά τώρα βιώνετε τους οιωνούς του Δία. Απλώς να θυμόσαστε τον Κύριο του Δέντρου και να παραμένετε αγνοί. Αυτό είναι όλο! Άτσα.

Σε εσάς τα γλυκύτερα, πολυαγαπημένα παιδιά, που για πολύ καιρό είχατε χαθεί και τώρα ξαναβρεθήκατε, αγάπη, ενθύμηση και καλημέρα από τη Μητέρα, τον Πατέρα, τον ΜπαπΝτάντα. Ο πνευματικός Πατέρας λέει να μαστέ σε εσάς τα πνευματικά παιδιά.

### **Ουσία για ντάρνα:**

1. Να εξασκείστε στο να είσαστε συνειδότες ψυχής, ενώ κάνετε τα πάντα. Να κάνετε προσπάθεια να αποτελειώσετε οποιαδήποτε αλαζονεία του σώματός σας.
2. Για να γίνετε άξιοι της κυριαρχίας της χρυσής εποχής, να έχετε βασιλικούς τρόπους. Η αγνότητα είναι ο ύψιστος τύπος συμπεριφοράς. Μόνο με το να γίνετε αγνοί, είναι που θα γίνετε οι κύριοι του αγνού κόσμου.

**Ευλογία:** Είθε να έχετε την επίγνωση του Καράνκαράβανχαρ (Αυτού που σας εμπνέει να ενεργείτε και Αυτού που ενεργεί ο ίδιος) και να βιώνετε εύκολη γιόγκα και έτσι να γίνετε μια προσωποποίηση της επιτυχίας.

Ενώ εκτελείτε οποιοδήποτε έργο, να έχετε την επίγνωση του ποιος είναι η Ραχοκοκαλιά, ο Ένας που σας έκανε ένα όργανο. Δεν μπορείτε να επιτύχετε σε κανένα έργο χωρίς τη Ραχοκοκαλιά. Έτσι, όταν εκτελείτε οποιοδήποτε έργο, απλώς να σκέφτεστε ότι είσαστε ένα όργανο και ότι είναι ο Παντοδύναμος Πατέρας, ο Ίδιος, που κάνει τα πάντα. Να κάνετε τα πάντα με αυτή την επίγνωση και θα συνεχίσετε να βιώνετε τη γιόγκα να είναι εύκολη. Αυτή η εύκολη γιόγκα θα σας επιτρέψει στη συνέχεια, να κυβερνήσετε ένα βασίλειο εύκολα. Οι σασκάρas σας εδώ, θα σας οδηγήσουν εκεί.

**Σύνθημα:** Οι επιθυμίες είναι σαν σκιές. Αν τους γυρίσετε την πλάτη, θα σας ακολουθήσουν.

**\*\*\*ΟΜ ΣΑΝΤΙ\*\*\***

**Άβιακτ σημείο:** Εντυπωθείτε τις αρετές της γλυκύτητας και της ταπεινότητας για να γίνετε σπουδαίοι.

Η γλυκύτητα είναι μια τόσο ξεχωριστή αρετή που κάνει ακόμη και τη γη που είναι γεμάτη με πικρία, πολύ γλυκιά. Η βάση της μεταμόρφωσης όλων σας είναι τα γλυκά λόγια του Μπάμπα: Γλυκά παιδιά, είστε αγνές, γλυκές ψυχές. Αυτά τα γλυκά λόγια σας μεταμόρφωσαν. Το γλυκό ντρίστι του Μπάμπα σας μεταμόρφωσε. Με τον ίδιο τρόπο, με τη γλυκύτητά σας, κάντε τους άλλους γλυκούς. Γλυκάνετε το στόμα σας. Κρατήστε συνεχώς αυτό το δώρο της γλυκύτητας μαζί σας. Κάνοντας αυτό, θα παραμένετε συνεχώς γλυκείς και θα κάνετε και τους άλλους γλυκούς.